

# 做好預防 流感大流 行的準備

## 什麼是流感大流行

### 流感大流行是一種在全球爆發的新的流感病毒

流行性感冒 — 或稱流感 — 大流行是一種可以從一個國家迅速傳播至另一個國家的新型流感病毒。這種新病毒最初只侵襲禽鳥或動物，

但卻逐漸地變異侵襲人類。當新型流感病毒變得容易人傳人後，流感大流行便會開始。

### 流感大流行所導致的災難將比季節性流感更加嚴重

並不是很多人會感染季節性流感，因為人們已對病毒產生一定的免疫力，同時因為很多人都注射過流感疫苗。但是，新型流感病毒會引致流感大流行。這是因為人類對這種病毒沒有免疫力，目前也沒有疫苗預防這種病毒。人類需要花幾個月時間去研究和生產出一種對抗新型

流感病毒的疫苗。因為這個原因 — 同時也因為人類對其沒有免疫力 — 這種新型流感病毒會迅速傳播。國內成千上萬的人會受到感染，許多人可能會因此死亡。

### 流感大流行的發生

流感病毒無處不在，並且經常變異。未來的某天，流感病毒可能會以某種方式變異而引發流感大流行。當前，衛生官員最關心的是亞洲和歐洲的禽流感病毒，因為它會變異，從而變得容易人傳人。沒有人知道下一次流感大流行會在何時發生；大流行曾在 1918 年、1957 年

和 1968 年發生。與過去相比，今天外出旅行的人多了很多，這使疾病更易在全球迅速傳播。在某一國家爆發流感，可能只要搭一趟飛機就會傳到美國。

# 預測

## 如果流感爆發

---

沒有人知道下一次流感大流行會產生多嚴重的後果，但是每個人都應做好最壞的打算。

- 看病治療會變得困難。可能會有大量病人湧進醫院和診所。醫生和護士也會受感染病倒，所以醫院和診所會變得人手短缺。
- 生活供應品和服務將會有所限制。許多人無法去工作，因而影響了公司、銀行、政府辦公室和其他服務開放的時間。
- 你可能被要求不要與其他人接觸。留在家裏有助於阻止病毒的傳播。活動會被取消，戲院和學校也會關閉。如有需要，衛生官員會下令將受病毒感染的人與其他人隔離開來。
- 可能需要花幾個月時間才能生產出對抗新病毒的疫苗，所以不會立刻得到流感疫苗注射。

- 針對流感症狀的藥物可能會短缺。
- 旅行變得困難。巴士、火車或飛機的路線和時間表可能會改變或受到限制。汽油供應也可能出現短缺。
- 你可能會被要求戴上口罩。在醫院、診所或醫生辦公室裏，以及在公共場所可能需要戴上口罩。
- 流感大流行可能會持續一段長時間。1918年的流感大流行持續了 18 個月。在某些情況下，大流行會減弱一段時間，然後再度爆發。
- 衛生官員將隨時向公眾公報最新資訊。他們會與媒體合作，及時提供資訊和忠告。政府衛生機構的網頁也會更新資訊。

## 在你的社區

---

**認識你的鄰居。**跟你的家人、朋友和鄰居溝通，確保所有人都做好準備。必須做好幫助長者或有特殊需求的鄰居的準備，一旦他們無法得到所需服務，可隨時幫助他們。

**瞭解學校的政策。** 瞭解學校關於病假和缺

堂的政策。做好學校關閉的準備。做好照顧你的孩子的計畫，以防學校需要關閉一段長時間。

## 工作

---

**你可能無法去工作。**如果病了，請留在家裡不去上班。這是你對於保護他人所能做的最重要的事情。

**瞭解政策。**詢問你的雇主或工會關於病假的規定，以及缺勤、休假和在家辦公的政策。

**鼓勵做好計畫。**所有公司、組織和機構都應該有一個計畫，以確保一旦出現大量員工缺勤數個月時仍能將基本工作能完成。你可能會被要求完成你工作範圍外的任務。

**探索用其他方法來完成你的工作。**當人們病了，尋找其他可以減少與人接觸的工作方法，例如增加使用電子郵件或電話會議等。